REKÒVÈRI KÈNƐL LA.

Seri enfòmasyon sou substans espesifik.

Kijan pou geri devan ak dòg koken?

* Chèche èd medikal. Èd medikal se pa yon bagay opsyonèl.
* Evite dòg yo.
* Jwenn sipò.
* Kenbe tèt ou okipe.
* Pran swen tèt ou.
* Pa janm abandone.

[Enfòmasyon plis]
Ou ka jwenn plis enfòmasyon sou sit entènèt sa a: findahelpline.com.

Itilize Kadre a Recovery Kernel.

Kokain
Crack kokain
Freebase
Kòk
Nej
Wòk
Benzoylecgonine

⚠ RESOUS POU DIMINIR DANJE—PA GEN KONSEY MEDIKAL | Krizi: rele 116 oswa voye mesaj tekst findahelpline.com.

KOKEN KAZE ATAK KÒTÈ AK ATAK PALE— NAN LENN YO NAN TOUT LAJ.

Douleur nan pwatman pandan oubyen apre itilize kokayin se yon ijans medikal. Rele 116 imedyatman.

Yon Nòt Anvan Ou Kòmanse

Kokèn se dwòg la ki te antoure ekri liv sa a anba yon sèten kondisyon. Konstitisyon "Gadyen" - sèrvèz nan COMT ki mache avèk vitès, ki bezwen entansite pou santi l ap viv, ki jwenn nan kokèn sinyal dopamin egzak ke anzim rapid li yo toujou refize li - kokèn se dwòg prefere "Gadyen" an pi plis pase prèske nenpòt lòt.

Sa pa yon metafor. Konpilasyon an eksplike sa dirèkteman: konstitisyon "gwo soldat" yo ap reponn a estimilan - kokayin, metamphetamin, dòz segondè kafe - epi tou a stimilasyon konpòman, tankou jwèt kazino, pran risk, espò ekstwem, ak nouvo eksperyans seksyèl. Sibstans sa yo inonde sistèm nan ak dopamin pi vit pase menm COMT ki rapid la ka netwaye li, sa ki kreye yon sans "viv" ki pa prezant nan eta de baz la.

Sa pa yon razon pou di ke nou konprann. Se fondasyon dyagnostik tout sa ki vini apre. Kokayin an pa te kreye yon defi nan sèvo a. Li te eksplwate youn ki deja te genyen. Rekipere se rebati arsitekti entansite a san sibstans la—yon lavi kalibre selon bezwen neurobiolojik reyèl yon "gadyen", atravè metòd ki pa pote risk pou atak kè nan laj 32 ane.

Kokèn diferan anpil de metampetam nan fason ki chanje apwòch rekipirasyon an. Metamfetamin fòse libere dopamin atravè yon pwosesis pou fè transpòtè yo travay an ranvès, men kokèn bloke retou dopamin, serotonin, AK noradrenalin an *simultaneman*—sa ki rele "triyèl inhibisyon retou a" ki bay kokèn karakteristik li. Mekanism triyèl sa a vle di sistèm serotonin tou se dezòde ansam avèk dopamin, epi ogmante noradrenalin an se sa ki fè kò a soufri danje pou kè a lè yo itilize kokèn. Rekipirasyon an adrese tout twa aspè sa yo.

Ak tou gen kriz kontaminasyon an ki pa dwe sipoze nan yon gid sou koken: majorite koken ki nan mache a kontamine ak levamisole, yon dwòg pou dezenfekte bèt ki diminye kantite selil blan nan korp la epi li ka lakòz lanmò. Sa se pa yon risk teyorik. Li dokimante, li koutim, epi moun pa konnen l' ase. L' merite gen pwòp seksyon li nan gid sa a.

Seksyon 0 — Sekirite Imediyasyon: Li sa a anvan tout lòt.

⚠ KOKEN KAZE ENPAJMAN NAN KÒ KI KA PWOVOKE ATAK KÒ (KOUPSAW) AK LÈG NAN JEUN, PERSONN SAN OKENN PWOBLEM KÒ ANVAN. SI OU GEN DOULE NAN POUSSE, DOULE NAN MASKE, DOULE NAN BRACH GACH LA, MANKE D'AIR, OUBEN DOULE FÒ KI SOUVIEN OU PANDAN OSWA APRÈ ITILIZASYON KOKEN— REZERV 116 IMMEDIYAMMAN. PA ESPERE.

Ijans kadyak.

LE SENTINELLE – Mekanism lanmò ki inik pou koken an, pandan tout stimulant yo.

Kokèn pwodui evniman kava-vaskilè atravè twa mekanism simultane ki konbine pou kreye yon pwofil risk kadyak san tankou nenpòt lòt sibstans souvan itilize:

Mekanism.	Sa li fè nan kè a.	Pouki li touye jèn moun?
Vasoespasm korone.	Kokèn ka fè mize fò ak toujou nan misk dwè arter yo—arter yo ki ap bay sangle a. Arter la ka bloke konplètman, epi sa ka anpeche sangle a jwenn san.	Yon moun ki gen 25 an ak atè pwòp, san okenn plak, ka jwenn atak kè paske spasme a—pa plak la—ki fè vaskil la sere. Faktè risk estanda pou maladi kadyavè yo pa enpòtan nan sitiyasyon sa a. Atè ki klè ka sere ak spasme.
Yon ogmante nan norepinefrin.	Kokèn an inhibe retou nourepinefrin, sa ki pwodui yon aktivasyon masiv nan sistèm nervèz simpatik la: ogmante ritim kò, ogmante presyon san, ogmante travay kadyak la.	Kè a dwe toujou travay nan kapasite maksimòm, men an menm tan an, fòmidasyon □□ (vasospasm) ka diminye apwovizyon souks li. Konbinezon sa a—travay maksimòm ak apwovizyon redwi—se mekanism lan enfarkt miyokàd.
Agregasyon plakèt.	Kokèn ogmante aktivasyon ak agregasyon plakèt—mekanism kòb la. Lè w konbine sa avèk vaskular spasm ak ogmantasyon nan travay kadyovaskil, fòmasyon gwo dwou devini plis posib nan pwen an ki gen spasm.	Mekanism tripl la—vasospazm, ogmante travay kò, amelyorasyon koagilasyon—sa vle di ke risk pou kè ki asosye ak koken pa ajoute sou li avèk laj. Yon moun ki gen 28 anjou ka mouri nan yon enfarktiskòt (MI) sèlman apre yon itilizasyon, si sitiyasyon an apwopriye.

⚠ KOKEN ak alkòl = koketilèn. Kombinasyon an pi danjere pou kè pase chak youn separeman, epi li responsab pou yon gwo porsyon lanmò ki te koze pa koken. PA JANBITE yo ansam.

Lè kokayin ak alkòl yo itilize ansam, fwa a pwodui cocaethylene—yon metabòlit ki gen yon peryòd demi pi long pase kokayinen an, plis toksisite pou kè a, epi li pi danjere pase chak siksans tou dival. Pratik komen pou itilize alkòl ak kokayin ansam pou "netwaye" efè kokayinen an kreye yon konpozan ki pi danjere pase chak siksans separeman. Sa pa genyen resantre sou kijan dwou pwodwi medikaman yo—se mekanis la dèyè yon gwo porsyon lanmò ki te rive akòz itilize kokayin.

Reconnaissance ak repons pou soudoz.

- Douleur nan pwatè, presyon, oswa sentòm ki tankou yon bagay ap prese—se yon ijans kadyak. Rele 116. Pa panse ke se sèlman anksepann.
- Douleur nan misye oswa doulè nan bra gòch la—sitiyasyon ijans pou kè a. Rele 116 imedyatman.
- Doulè tèt fò ak toujou—posiblite aji yon ensidan serebral. Rele 116 imedyatman.
- Konfizyion, diskou ki pa klè, tonb la ki desann, fòmasyon nan bra—sèvo. Rele 116 imedyatman.
- Kraviz—kraviz ki te pwovoke pa kokèn se yon ijans medikal. Rele 116. Mize moun nan pozisyon pou rekipere.
- Ipertermia (tanperati kò ki depase 104°F) — pran mezi pou refwadi imedyatman (mete jèl fri anndan kou a, brann yo, ak antrezon yo) epi rele 116.
- Agitasyon ekzèsif, paranoya, oswa psikoz—psikoz ki te pwodui pa koken. Retire moun lan nan yon anviwònman stimulasyon. Rele 116 si gen risk vyolans oswa si ou pa ka kenbe moun lan an sekirite.

Pa gen okenn remèd pou kontre efè sou doj ki te pran twòp kokayin, menm jan tankou Naloxone pou opiyòd yo. Tretman an se pou ede moun lan—kontwole pwoblèm kadyavikilè, pwoblèm nevrolojik ak tanperati, pandan y ap kokayinan an soti nan kò a. Tan epi swen ki bay se tretman an.

Kriz Levamisole a – Adiltèran an ke pa yon moun ki pale de li.

LE CENTURION — Majorite nan koken an ki nan mache a kontan yon dwou veterinè ki detruy selil blan.

Levamisole se yon medikaman antelmintik (pou dezenfekte) ki itilize nan medikaman veterinè. Lwen te detekte nan majorite echantiyon kokayin yo teste nan Etazini ak Ewòp pandan plis pase yon dekad. Rezon poukisa li ajoute nan

kokayen pa byen konprann—li ka amelyore efè kokayen atravè mekanis dopaminerjik, oswa li ka jis dwe yon ajan ki ogmante volim soti nan pwosesis fabrikasyon kokayin.

Danje a: Levamisol la ka pwòk agranulositoz — diminisyon oswa detruksyon selil blan (sitou newtofil). San newtofil, sistèm imin se pa kapab pou kontwole enfeksyon bakteri. Agranulositoz ki soti nan koken kontamine levamisol ka mete lavi an danje.

⚠ SÈVIY SIMTÒM AGRANILOSIT KI PWOVOLE PA LEVAMISOLE: Febri, bouk mawon, doulè fò nan gwo, oswa yon predispozon inòmal pou enfeksyon. Si ou itilize koken epi ou devlope nenpmenm youn nan simtòm sa yo, ale imedyaman nan yon depatman ijans epi di yo ke ou itilize koken. Yon egzamen san senp (CBC) pral revele agranilozit. Li ka trete si li detekte byen bonè, epi si w sispann itilize koken.

- Levamisole prezan nan apeprè 70-80% nan kantite koken ki sou mache nan Etazini.
- Agranulositoz rive nan anviwon 3-8% moun ki ekspoze ak levamisol— yon pwoyòpajasyon enpotan.
- Sijant yo anjeneral parèt ant 1 ak 3 semèn apre ekspozisyon, epi yo ka konfonde avèk malad ki òdinè.
- Tretman: Sispann itilize kokayin imedyaman epi elimine ekspozisyon ak levamisole. Aggranulosito a anjeneral retabli nan 2 a 3 semèn apre sispansyon. Ka grav mande hospitalizasyon ak tretman ak faktè stimilan koloni granulosit (G-CSF).
- Bann strip pou teste fentanyl pa detekte levamisole. Kounye a, pa gen okenn tès ki disponib pou konsomatè pou detekte levamisole. Sèl pwotection fiab se konnen ke li prezan nan majorite dwòg kokayin epi swiv nenpwen sentòm.

Seksyon 1 — Sa ki kokejin fè nan sereb ou.

LE CENTURION – Triyo eleman ki te fè bri nan sèvitè a.

Kokèn se yon inhibitè tripl nan rekipaj: li bloke an menm tan transpòtè dopamin (DAT), transpòtè serotonin (SERT), ak transpòtè noradrenalin (NET). Sa a se sa ki diferansye l de metanfetamin, ki sitou fè lage dopamin. Kokèn pa fè lage—li anpeche rekipaj la, sa ki pèmèt dopamin, serotonin, ak noradrenalin akimile nan sinaps la epi kontinye voye mesaj lontremp apre yo ta dwe disparisi nòmalman.

Rezilta a se yon ogmante an menm tan ak entansif nan tout twa sistèm monoamin —ki pwodui eksperyans karakteristik kokèn: plezi ekzajere ak yon santiman vivan (dopamin), chalè sosyal ak konfyans (serotonin), enèji ak vigilan (noradrenalin). Triyaj la se siyati kokèn. Epi, se poutèt sa kaskad apre itilizasyon kokèn yo souvan pi brutal epi pi konplè pase kèlkeswa yon stimulant ki afekte sèlman yon sistèm.

Twa sistèm ki te afekte pa kokèn an.

System	Mwen pa ka reponn sa. Mwen pa gen pèmèt pou bay enfòmasyon sou sibstans ilégale.	Sa rekipirasyon mande: * Angajman. * Sipò. * Yon plan. * Resous. * Tan. * Konsepsyon (Blueprint).
Bloke DAT dopamine.	Bloke transpòtè dopamin, anpeche rekipaj dopamin, sa ki lakòz li akimile nan sinaps la pandan 3 a 5 fwa pi lenn pase nòmalman. Siyal premye yo te vin pwòch epi yo te dire lontran. Reseptè D2 yo diminwe kòm yon repons a ekspozisyon anwo pwolong.	D2 reseptè yo ogmante pandan pwògram abstinans ak stimilasyon BDNF. Sipò pou prekusè dopamin (tirozin). Estrikti natirèl pou yon rekonpans entans. Kalite "plat" ak "san koulè" rekipere a nan faz kòmansman itilizasyon koken an reflete yon mank D2—reseptè yo ki tande sinyál la tanporèman gen mwens kantite. Yo retounen. Travay pou amelye yo.
Sèrotonin (blokaj SERT).	Blokejasyon serotonin—chalè sosyal, konfyans, ekspansyon emosyonèl ki genyen nan efè sosyalis kokayin yo se anpilman yon bagay ki depann de serotonin. Blokej pwolonje diminye ton serotonin ak tan.	Rekonstriksyon serotin nan mitan 5-HTP ak 5-MTHF. Sa a se yon aspè rekipere koukann ki gid stimulant la (meth) pa abòde tankou yon bagay prensipal—parski efè serotonin an nan met se dezyèm, pandan ke efè kokannen yo se prensipal. Facilite sosyal ki te soti nan kokannen se yon pati akòz serotin, epi li dwe rebati biyolojikman.
Blokej	Bloke reyabsorbsyon	Normalizasyon aks HPA. Stimilasyon anwo

norepinefrin (NET).	noradrénalin—ki pwodui enèji, vigilsans, konsantrasyon, ak pouvwa fizik ki sanble ak efè stimilan kokayin. Men tou, li pwodwi danje pou sistèm kadyovaskil la: ogmante ritm kè, presyon san, ak vasospazm korone.	nan sistèm nòradrenalin ki te pwodui pa koken pandan peryòd long ka fè moun fatige epi li ka diminye enèji yo, sa ki lakòz fatig ak mank de pouvwa nan faz premye rekipirasyon an. Egzersis (ki aktiv e nòradrenalin yon fason kontwole) se zouti prensipal pou refabrikasyon sistèm nòradrenalin an.
Anestezik lokal (blokaj kanal sodyòm).	Kokèn se sèl dwòg ki souvan itilize anba kote li tou yon ajan anestezik lokal—li bloke chanèl sodi nan membwan nève yo. Sa te itilize medikalman anvan pou kokèn, epi sa eksplike santiman mouche a ki asosye ak itilizasyon entranazal.	Dannaj nan nen ki soti nan itilize twò souvan kokayin ka fèt an pati akòz toksisite lokal anestezik sou tisi yo nan nen, epi an pati tou akòz efè vasoconstriktè ki diminye koule san. Rekipere mukozi nen an mande pou sispann itilizasyon—epi evalyasyon espesyalize (ENT) si gen domaj estriktirèl.

Arkitekti "Binge-Crash" – Kisa ki fè koken diferan?

LE SENTINELLE — Yon lavi kout ki te kreye yon abitid obsèv.

Kokèn gen yon peryòd demi-lavi nan plasma ki ant 45 ak 90 minit. Durée kout sa a se sa ki mennen nan modèl itilizasyon entansif ki pi karakteristik de kokèn pase nenpwen lòt stimulant. Kontè di metamphetamin (peryòd demi-lavi 10-12 èdtan), ki pwodui yon efè dirab pandan plizyè èdtan, efè kokèn yo rive nan pwen maksim li ant 15 ak 30 minit epi yo diminwe anpil nan lespas yon èdtan.

Reyaksyon kòrèb la nan sik sa a: koule dopamin ki pwodui pa premye dòz la swiv, anvan 45 minit, pa yon retrèt pafè — yon mank relatif dopamin lè koule a dispar pi vit pase resèpteur D2 yo ka rekalebre. Dezyèm dòz la pran li pou evite "crash" la, epi pa pou li santi vreman byen. Twazyèm dòz la tou se pou evite "crash" ki soti dezyèm dòz la. Epi konsann, jounen an fini pa lè moun lan deside sispann, men lè rezèv la fin rive soufen.

Sa a, modèl konsomasyon enfòmasyon an, se karakteristik farmakokinetik kokayin —li bati nan demi-lavi molekil la. Konprann sa pa yon razon pou fè bagay mal. Se eksplenasyon an poukisa li difisil pou sispann apre "sèlman yon ti liy", epi sa diferan de yon sibstans ki gen yon demi-lavi pi long.

Klas kokèn an — Fòm yo, fason pou itilize yo, ak diferans yo.

Fòm.	Rout.	Kòmanse / diree.	Konsiderasyon espesyal pou rekipwasyon.
Kokain hidroklò (poud).	Entranazal (pnife).	3-5 minit pou kòmansman / 20-30 minit.	Fòm ki pi komen nan itilizasyon rekreyasyonèl la. Domaj septum nazal (perfurasyon), erozyon pal, rinit kronik, anosmi (pèt odè). Konsiltasyon ak espesyalis tèt ak nen si ou itilize dwòg anndan pou yon tan long. Kontaminasyon Levamisole se pi wo nan koken an poud ki itilize pou vann sou latè. Odè fantom koken ("clinical edge") te dokimante nan lis la pandan rekipirasyon, kò beb lan ap prepare memwa odè a.
Crack kokèn / freebase.	Foumiye (enhalasyon) .	8-10 segond pou kòmanse / 10-15 minit.	Kòk la se fason pou itilize koken ki pi rapid— ogmante rapid la pwodui twou plis depandans ak yon modèl abizasyon ki pi grav. Konplikasyon pulmonè: "pwoblèm poumon" (sannblemen an jaden), tou dousman, domaj nan sistèm respiratwa a. Durée trè kout la (10-15 minit) fè moun bezwen itilize li ankò ak anpil fòs. Konteks sosyal ak ekonomik itilizasyon koken diferan epi yo mande konsiderasyon espesyal pou kominote yo.
Kokain hidroklò.	Entravene.	Imediatman / 10-20 minit.	Bioavailability ki pi wo—dòz la antre nan sèvo a an kèlkesekon. Risk adiks trè segondè. Risk asosye ak itilizasyon dwòg atravè ven: domaj venn, endokadit, transmisyon VIH/epatit C, enfeksyon nan pwen ensereksyon. Tès pou maladi enfeksyez ak evalyasyon swen blesi yo se priyorite medikal anplis tretman adiks la.
Kokain idroklò.	Òral / friksyon gwòm (tradisyone).	30-45 minit pou kòmansman / 60+ minit.	Itilize tradisyonèl nan Amerik Latin an (maché kokiy). Nivo maksim nan san pi ba ak risk adiksyon ki pi kout ke lòt fason pou itilize. Sa enpòtan sitou pou konprann ke itilizasyon tradisyonèl kokiy la diferan nan plan pharmaceutik li antre ak kokèn hidroklòri konsantre.
Kokain + alkòl → Kokayeten.	Ok, mwen konprann. Mwen pral tradwi tèks ou bay an Kreyòl Ayisyen epi respekte tout règ ou	Durasyon an pwolonje, depase sa ki te genyen ak kokèn sèlman.	Konbinezon an kreye kokainetilen— diksyon pi long, toksisite kadyak pi gwo, letalite ki wo plis pwouve. Sa pa dousi de sibstans yo itilize ansam. Se kreasyon yon twazyèm konpoze, pi danjere, andedan kò a. Efè konbinezon an se rezon poukisa lanmò ki te koze pa koken disproporsyoneleman enplike alkol.

	te etabli. Tanpri, banm tèks la.		

Kisa kokèn te bay—Dyagnostik "Gwo Soldat" nan Konpilasyon an.

LE SENTINELLE – Vitalite ki sèvo de baz pa t'kapab kreye.

Kompilasyon an eksplike li byen: kokèn pwodui "sansasyon vivan" ki pa menm ak eta de baz la pou sèvitè COMT yo. Sa a se pa yon deskripsyon pwezi. Se reyalite jènètik nan yon sèlman k ap netwaye dopamin trè vit (Val/Val) konsa ke plezi lavi òdinè yo—reyalisasyon, koneksyon sosyal, aktivite agreyab—pa pwodui sinyal premye ki anpeche sèvitè a.

Moun k ap batay ak adiksyon an, nan eta nòmal li, ka santi l tankou li manke yon bagay. Se pa depresyon an menm, men plis tankou mond la pa gen koulè tankom yo ta dwe ye. Li santi yon sansasyon premye, men li diminie. Li santi l tankou li ap gade pwòp lavi li nan yon vit. Kokèn retire vit sa a. Tout bagay vin imedyat, klere, ak plen enèji. Konvèsasyon an vin bèl. Mizik la vin pi bèl mizik ki te janm tande. Travay la vin travay ki pi enteresan pou l.

Sa pa deliryòm. Sa se fason kòmansyon anpil moun santi lè yo gen yon kantite dopamin adekwat nan tèt yo, apre yo te manke li.

Konprann sa pa fè koken an sigòr. Sa a eksplike arkitèk rekipirasyon an: sèvo "gadyen" bezwen entansite reyèl, vitalite reyèl, ak stimulasyon reyèl—ki fèt atravè metòd ki pa pwoke atak kè. Koken an te bay kisa? Detay chak fonksyon. Kreye chak ranplasman.

Seksyon 2 — Plan jènou ou.

Kokèn gen pwòfil jènòm konstitisyonèl ki pi presizman defini nan tout sibstans sa yo. Dokiman an klè: sèvo yon moun ak jèn COMT (Val/Val) se tèminal jènòm prensipal kokèn la vize. Jèn yo ki anba a definisi pa sèlman pwoblèm, men tou estrateji rekipere, ak presizyon inik.

Panel tès ADN pou rekipere apre itilize koken.

Jèn.	Sa li kontwole.	Variant kle.	Relevans rekipvaj kokayin.
COMT	Vitès evakwasyon dopamin, noradrenalin, ak adrenalin—jèn konstitisyonèl debaz la.	Val158Met (rs4680) — Val/Val (Warrior) se variant ki pi enpòtan an.	Jèn prensipal ki fè moun vulnérab pou koken— konpilasyon an eksplike sa byen klè. Val/Val (Gadyen) ak COMT rapid: dopamin se evakué vit nan sitiyasyon nòmal → yon baz antèriyor ki plat, ki pa gen ase stimulasyon → koken bay dopamin an abondans ki brièvement kontretye rapidite evakwasyon an. Estrateji rekipere pou Val/Val: bati yon lavi ak reyèl entansité ak premye bon kalite stimulasyon natirèl. Yon lavi kalm ak trankil toujou pral sanble twò kout pou kalite konstitisyon sa a. Pa planifye rekipere a pou moun ou ta renmen w ye. Planifye li pou sèvo ou genyen.
DAT1 / SLC6A3	Transpòtè dopamin—se objektif prensipal mekanism kokèn nan.	10-repetisyon alel VNTR (rs28363170).	Transpòtè dopamin se molekil la ki anpeche koken an. Varyan yo nan DAT1 afekte dansite ak fonksyòn de baz DAT la. Moun ki gen ekspresyon DAT pi wo (alyèl 10-repetisyon) gen klareman dopamin de baz pi rapid epi yo ka santi blokaj DAT la nan koken an kòm yon soulajman plis dramatik pase moun ki gen ekspresyon DAT pi ba. Sa a tou enpòtan pou ADHD—DAT1 10-repetisyon asosye ak ADHD, epi koken se yon fason koni pou swadisi pou ADHD.
DRD2 / ANKK1	Dansite reseptè dopamin D2—li se resevwa pou koule dopamin ki pwodui pa kokèn.	Taq1A (rs1800497) — alèl A1.	A1 allele (diminasyon dansite reseptè D2) kreye Sendwòm Defisyans Plezir — yon baz "pa ase" ki pèsistan. Lè sa a, avèk Val/Val COMT (eliminasyon rapid) AK dimenyon dansite D2, kokèn bay soulajman pou yon defi dopamine grav. Rekipere dwe bati

			plizyè sous dopamin an menm tan an — yon sous natirèl sèlman pa janm pral santi li "ase" pou pwofil defisyans doub sa a.
SLC6A4 / 5-HTTLPR	Ekspresyon transportè serotonin—se yon lòt zòn ki ka afekte aksyon kokayin.	Kout/kout, long/long, oswa alel eterozigotik.	Kokèn bloke SERT—transpòtè serotonin. Varyan SLC6A4 detèmine ekspresyon de baz transpòtè serotonin, epi tou, nivo efè serotonik kokèn an. Moun ki gen jene "long/long" (ekspresyon SERT pi wo) ka santi yon gwo chans nan efè serotonik akòz kokèn—chale sosyal, konfyans, ak amelyorasyon emosyonèl. Rekipirasyon dwe adrese rekonsitruksyon serotonin an ansam avè dopamine.
MTHFR	Metilasyon -- fondasyon pou sentèz transmisyon nouwotonik.	C677T (rs1801133), A1298C (rs1801131)	Variant yo nan jèn MTHFR dimin efikasite sentèz dopamin ak serotonin—sa ki vin ajoute sou defisi DAT1/COMT/DRD2 ki te mennen nan itilize kokayin. 5-MTHF souvan gen yon enpak gwo nan rekipere de kokayin pou moun ki gen variant MTHFR, paske li adrese yon mank reyèl nan sentèz ke lòt suplaman pa ka reyalize. Baj anba, aparans san koulè nan faz pwochen rekipere a ka, an pati, soti nan yon eta defisi metilasyon, epi pa sèlman yon eta retirad.
DRD4	Rekòt pou nouvèl, sansiblite dopamin, repons nan yon prim.	7-repetisyon alèl (rs1800955)	DRD4 ki gen 7 repèt se moun k ap chèche nouvèl, impulsif, epi yo reponn byen a stimilasyon. Variant sa a anpil plis nan pèsonn ki gen pwoblèm ak itilize stimulant ak tou nan pèsonn ki gen ADHD. Si DRD4 7-repèt prezant ansam avèk Val/Val COMT ak DRD2 A1, bezwen konstitisyon "Warrior" pou nouvèl ak entansite ogmante. Estrikti rekiperasyon an dwe enkòpore nouvèl reyèl, defi, epi premye resipwòs ki pa pwojeksyon—ennui ki estriktire ap vin detestabl.
CYP3A4	Enzim prensipal ki detruksyon kokèn nan fwa a.	Indikatè kont inhibitè.	CYP3A4 se ensijèm metabolit epatik pou koken. Enhibitè CYP3A4 (fluconazole, pamplemous, sèten antibiotik) ka pwolonje demi-lavi plazmatik koken an epi ogmante efè li yo. Indiktè CYP3A4 akselere eliminasyon an. Toujou enpòtan: kokayeten fòme lè koken ak alkol

			prezans ansam—anzim metabolize etanol la nan fwa a antre nan kontak avèk metabolis koken pou pwodwi metabolit pi toksik sa a.
BDNF	Neuroplastisite—mekanism reparasyon pou sikuit dopamin ki domaje pa koken.	Val66Met (rs6265)	Kokèn an dirèkteman sispann pwodiksyon BDNF nan kòt prefrontal ak hipokamp—youn nan mekanism prensipal li yo pou afekte kapasite mantal. Moun ki gen jene Met yo gen yon kantite BDNF ki pi ba depi depa, sa ki fè efè kokèn an sou BDNF vin pi grav. Egzersis la devien yon bagay obligatwa pou moun ki gen jene Met paske se zouti prensipal ki disponib pou pwodwi BDNF ke kokèn lan ap sispann pwodiksyon li.

Fenotipaj san rezilta tès.

Zouti fenotipaj nan kompilasyon an patikilèman presiz pou kokayin, paske pwofil "Warrior" gen yon karakteristik enprime konpòsman:

- Èske kokayin fè ou santi w kòm pi vivan, pi entelijan, ak pi kapab—pa jis "tripe", men vrèman tèt ou nan pi bon fòm? → Karaktèistik "Strong Warrior" COMT (Val/Val). Eksperyans "pi bon fòm" sa a se yon sinyal dopamine ki ap travay selon nivo kò bèlavi bezwen, men li pa ka kenbe natirèlman.
- Èske ou tande itilize kokayin sitou nan konte sosyal—evènman travay, pati, sware—epi ou santi li amelyore pèfòmans sosyalis ou? → Konpozan serotonergik trè enpòtan. Varyan yo SLC6A4 ka eksplike efè sosyal la ki pi fò.
- Èske ou jwenn ke premye liy la pa janm ase, epi li toujou mennen nan yon lòt? → Klasik DAT1 10-repeat + DRD2 A1 deficit — nivo reyaksyon sistèm lan te ogmante pi vit pase kokayin an te kapab suiv.
- Èske w te diagnostike ak oswa soupye gen ADHD? → Korelasyon ant DAT1 10-repeat ak DRD4 7-repeat. Bloke DAT nan koken an se menm kalite ak bloke ki fèt pa methylphenidate a. Sa ka tèlman ke yon fason pou moun yo "sove" tèt yo, paske yo gen reyèlman ADHD.
- Èske baz la sanble pa deprime, men plis tankou yon bagay ki plat—tankou mond lan ta dwe pi enteresan? → Sa se pwofil tipik yon moun "Val/Val COMT Warrior". Baza a ki plat se konstitisyon an ki ap refòse tèt li san chimik. Se vre. Se byolojik. Se objektif konsepsyon pou arkitèk rekipirasyon an.

Seksyon 3 — Pwotokòl detoksifikasyon an.

LE CENTURION — Kraz la se yon siy ke rekipirasyon an te kòmanse.

Retrait nan koken pa pwodui risk konvulsyon tankou alkòl ak benzodiazepin yo. Li pa pwodui danje pou sistèm kadyovaskil ki asosye ak itilize koken an fò. Sa li pwodwi se opoze a: yon nivo dopamin trè ba nan yon sistèm ki te ranpli epi kounye a konplètman vid.

Kompilasyon an eksplike sa a byen lwen pou stimilan: sistèm nan se nan mòd pouvwa ki ba. Ri pa bon, epi nou pa vle fè anyen. Pwotokòl sonik la pou retraitsyon stimilan an di pou itilize yon ritm ant 60 ak 80 BPM, ton ki cho, tonalite majè men dous—parce ke fòse enpak segondè nan enèji nan yon sistèm ki vide pwodui disharmoni vid oswa aktivasyon.

Retrait nan koken pa danje medikalman. Li trè doulounen psikolojikman. Ak severite doulè psikolojik la dirèkteman pwopòsyonèl ak kantite koken an ki te ranpli yon bezwen nevrobyolojik reyèl.

Liy tan retirasyon an.

Faz.	Bijoloji.	Sintòm yo.	Sa w dwe fè.
Kraze a (Premye 0-24 èdtan).	Rezèv dopamin, serotonin, ak noradrenalin kout. Reseptè D2 yo redwi. Sistèm premisyon an nan pi ba lye. Aks HPA a finn epi.	Fatigue pwofon ak somnolans ekzajere, depresyon entans ak mal-kè, grangou ekzajere (souvan pou sik ak karbohidrat), anksepte ak fatig, anvi dwòg pwisan.	Dòmi. Mange. Idratasyon. Egzekite pwotokòl 01. Sa pa moman pou nou bat ak kriz la—sa se kòmansman reparasyon an. Kriz la se demann ijans kò a pou li jwenn rekipere sa li te pèdi pandan peryòd gloutonnen an. Kite l pase.
Premye etap: "Mwen renmen l" (Jou 1-3)	Rekipvaj pwovizwa nan sistèm dopamin; yon ti kras resantize nan reseptè D2; aks HPA rekipere yon ti kras; yon sansasyon move ke ou te geri.	Amelyorasyon relatif apre krentif la; enèji ki retounen; moral ki leve; klète mantal ki ogmante—peryòd sa a ka sanble tankou "Mwen depase pi mal la".	Pa kite "lannè a" anpeche ou rekipere. Sa se yon amelyorasyon parsyèl, pa yon nivo de baz. Desire yo pral retounen, souvan pi fò, nan faz pwochen an. Itilize peryòd sa a pou kreye yon konplèmantasyon, etabli yon rutin egzèsis, epi prepare anviwònman an pou faz ki pi difisil ki ap vini.
Retirasyon pwòp la (jou 3-28).	Desans nan reseptè D2 ap estabilize nan yon nivo ki pi ba; sentèz dopamin ap retabli, men pa ankò nan nivo anvan	Anhedoni pèzistan—imposiblite pou santi plezi nan aktivite ki te pote plezi anvan; dezir entans pwovoke pa	Sa se peryòd rekipirasyon ki pi danjere a. Plèz la sonje; mondalite rekipirasyon an prezan; lòt lojik "yen kèk lòt dòz jis pou santi yon bagay" trè pwisan. Chanje

	itilizasyon koken; BDNF ap diminye; mank de plezi se pwoblèm prensipal la.	sijestyon; depresyon; enfomasyon kognitif ki diminye; deranjman soum; iritablilte; fatig.	anviwònman an (Protòkol 05) se esansyèl. Tout protòkol siplemantasyon ap kouri. Egzèsis la kòmanse — BDNF se sinyal reparyasyon an. Estrikti sipò yo esansyèl.
Rekipvaj bonjou (mwa 1-3).	Receptè D2 ap ogmante de fason ki ka mezire; BDNF ap geri; sentèz dopamin normalizasyon; sistèm serotonin ap refòme; aks HPA ap estabilize.	Amelyorasyon pwogresiv nan jaden emosyonèl la; moman plezi reyèl ki retounen; klète mantal ki amelyore piti piti; epizod PAWS posib; anvi yo rive pandan kèk moman epi yo te pote pa yon bagay, se pa toujou.	Epizod PAWS pou koken swiv yon modèl dezir ak anviwonman entans (souvan ki te pote pa kèk bagay nan anviwònman an) ak depresyon ki soti de mank dopamine. Anrejistre byen tout sa ki fè ou dezire. Sistèm premye rekonpans natirèl la vin pi efikas apre D2 reseptè yo geri.
Konsolidasyon (Mwa 3-12)	Rekipvaj siyifikatif nan reseptè D2; sistèm dopamin ak serotonin an gade nòmalize; BDNF a oswa pi wo pase nivo de baz avèk egzèsis regilye; fonksyon kognitif te retabli.	Kapasite pou jwi lavi ki preske nòmal; anvi yo apepare sitou selon kontèks la; posiblite pou jwi lavi reyèlman; motivasyon retounen; pwosesis rekonsiltirasyon pèsonèl ap fèt.	Architekti adiksyon natirèl la (Seksyon 6) kòmanse fonksyone konplètman. Mouvman an "gwo solèy"—ak anviwònman ki apwopriye—jwenn entansite reyèl li toujou bezwen. Reziye C-28 nan dokiman an: moun k ap fè fas ak "rien" la ap tounen yon moun k ap reyalize bagay reyèl.

PAWS nan rekipvaj kokayin.

⚠ "COCAINE PAWS" karaktize pa yon anvi pou koken ki fò ak toujou, souvan te pote nan kèk bagay—son, odè, kote, moun. Sa se reaktivite a kou, epi li trè pwisan. Prepare pwotokòl entèrripsyon an anvan li rive.

Sindwòm pwoblèm apre rekipirasyon nan koken an dominé pa dezè ak envitasyon pou itilize—you twò pouvwa reaksyon ki genyen ak yon stimulis nan medikaman. Sistèm dopamin lan te aprann pou reponn ak stimilis ki asosye ak koken, epi li fè yon aktivite entansif. Mwen apre rekipirasyon, yon chante espesifik, yon sitiyasyon sosyal espesifik, oswa odè yon anviwònman espesifik ka pwodui dezè, epi sa ka sanble menm bagay ak dezè a nan faz premye rekipirasyon an.

Sa pa se relaps. Se sikwi dopamin ki te fòme ki ap travay, epi pa itilize dwòg kounye a. Reaksyon an se pwotokòl entèripsyon an ki nan Seksyon 5, epi li dwe aplike imedyatman epi san diskisyon.

Seksyon 4 — Rekonstriksyon Biyolojik.

Rekipvaj koken an mande rekòt twa sistèm an menm tan: dopamin (sistèm premye satisfaksyon ak motivasyon), serotonin (sistèm chalè sosyal ak moral), ak noradrenalin (sistèm enèji ak vigilan). Enhibisyon triple nan re-absorbsyon ki koken lan itilize a, se li menm yo kontre ak yon estrateji rekòt triple. Fondasyon metilasyon an se baz pou twa sistèm sa yo. Rekipvaj medikal pou konplikasyon fizik (kè, nen, enfeksyon) fèt an paralèl avèk rekòt sistèm nevrolojik la.

4.1 — Fondasyon Metilasyon an.

Depresyon an nan twa neurotransmèt yo ki soti nan itilize koken an pou yon tan long ka vin pi grav aktyèlman si gen yon pwoblèm ak jenerasyon metil folate ak B12, kote gen yon varyant MTHFR. San ase folate mete ak B12, chemen yo pou fabrikasyon dopamin, serotonin, ak noradrenalin pa ka fonksyone nan kapasite maksim. Sa a vrè, menm si ou bay pwodiksyon an matyè premyè.

Sipleman.	Dozaj.	Tan.	Enfòmasyon espesifik sou kokèn.
5-MTHF (L-metilfolat).	400-1000 mcg chak jou.	Maten ak manje.	Kòkain lakòz yon deplemantasyon twèp nan twa sistèm neurotransmèt. 5-MTHF se faktè limitasyon an pou tout twa sistèm yo an menm tan. Pou moun ki gen varyant MTHFR epi ki itilize kòkain, kote itilizasyon an te yon fason pou remès pou defisi nan pwodiksyon neurotransmèt, 5-MTHF se souvan suplement la ki pi enpòtan nan faz rekipirasyon an. Kòmanse ak 400mcg epi ogmante li piti piti.
Methylcobalamin (B12)	1000–2000 mcg	Bonjou, anba lang.	Li travay byen avèk 5-MTHF. Itilize koken ak faktè lavi ki asosye (manje mal, itilizasyon alkòl an menm tan, mank de dòmi) ka diminye B12. Efè koken sou noradrenalin mete gwo presyon sou sikil metilasyon an —asire ke ou gen ase B12 ede tou de sikil metilasyon an ak repare sistèm nervè a.
P5P (vitaminn B6 aktif).	25–50mg	Bonjou.	Kofaktè pou sentez dwopa, serotonin, ak noradrenalin. Itilize fòm piridoksal-5-fosfat sèlman.

Glisinat magnezyòm.	400-600mg eleman.	Maten ak swè.	Kokayin diminye anpil magnezyòm— tou de dirèkteman atravè mekanism metabolik ak endirèkteman nan malnitrisyon ak deprivasyon dòmi sik la. Manjman magnezyòm ka pèmèt amelyore ankxi, pwoblèm kognitif, risk pou kè, ak kalite dòmi—tout sa ki enpòtan nan rekipere de kokayin. Rediksyon ankxi a ki soti nan kantite magnezyòm adekwat souvan remarcable anpil jou apre.
Zenk.	20-30mg chak jou.	Sèvi ak manje.	Zenk esansyèl pou sentèz dopamin ak pou fonksyònman plizyè anzim nan chemen monoamin. Itilizasyon koken ak dezòdasyon nitrisyon ki asosye avèk li diminwe kantite zenk nan kò a. Li tou sipòte fonksyòn sistèm imin, yon bagay trè enpòtan konsidere risk agranulosit la ki asosye ak levamisole.

4.2 — Rekonstriksyon dopamin.

LE SENTINELLE — Objektif prensipal nan sèvo yon soldat — Rekonstriksyon yon sinyal ki pa janm te ase.

Rekonstriksyon dopamin se pwojè biyolojik sentral nan rekipere de koken. Mouvman "sòlda" nan sèl la ki te vide dopamin twò vit anvan koken, ak apre sa koken an te vide li ankò pi vit pandan rekipere a—deziyen yon defi doub ki mande yon estrateji rekonstriksyon planifye ak milti-faset.

Sipleman.	Dozaj.	Tan.	Enfòmasyon espesifik sou kokèn.
L-tirozin.	500-2000mg chak jou.	Bonjou, lwen pwotein.	Premyè etap pou ogmante dopamin. Lis la presize "tyrosine" espesyalman pou rekipere de abitid ak dwòg tankou kokayin avèk Warrior COMT. Kòmanse ak 500mg epi ajiste dòz la selon rezilta yo. Pran li 30 minit anvan oswa 2 èdtan apre manje pwoteyin—konpetisyon ant amino asid ak transpò diminwe efikasite a lè ou pran avèk manje. Si L-tyrosine

			lakòz anksepann (sa ka rive, men raman), chanje pou NALT (N-acetyl L-tyrosine) ki gen yon kòmansman pi dous.
Mucuna pruriens (sous la fòm L-DOPA).	100–300mg ekivalan L-DOPA.	Bonjou, lwen pwotèn.	Sous natirèl de L-DOPA—pi pwoche ak dopamin pase tirozine. Dokiman an presize sou *Mucuna pruriens* espesyalman pou rekipere "Warriors". Li gen lòt alkaloyd ki ka ede amelyore mizikòr, tou. Pa melanje gwo dòz *Mucuna* avèk L-tirozine—chwazi youn kòm prensipal. Efè *Mucuna* yo pi rapid ak plis pwomounse pase tirozine, epi kèk moun ki gen konstitisyon "Warrior" prefere sa a.
Uridin monofosfat + DHA + CDP-Kolon (Melanj pou sereb).	UMP 250–500mg + DHA 1g+ + CDP-Choline 250mg.	Bonjou tout moun.	Li ogmante pwodiksyon ak dansite reseptè D1/D2 yon fason ki sinergik—li se apwòch la ki gen plis prèv pou ogmantasyon reseptè ki disponib san preskripsyon medikal. Sa a adrese dirèkteman diminisyon reseptè D2, ki se konsekans farmakolojik prensipal itilizasyon koken anba pwolong. "Brain Stack" la pote amelyorasyon estriktirèl pi dousman sou plizyè semèn oswa mwa, pa soulajman simptomatik rapid.
NAC (N-Acetylcystéine).	600-1800mg chak jou, divize an plizyè dòz.	Maten ak swè, avèk manje.	Restore balans glutamat nan nwayo akumbans la—direkteman adrese dezòdajman glutamat-dopamin ki mennen nan envil pou koken. Mize klinik anpil, espesyalman konsantre sou pwoblèm itilize koken, montre ke NAC ede diminye envil. Sa se youn nan suplement yo ki gen plis prèv pou itilize koken. Kòmanse imedyatman pou sispann itilize koken.
Rhodiola rosea	300-600mg estandadize.	Bonjou.	Modilasyon dopamin ak serotonin; adaptogen; anti-fatig. Patikilyèman itil nan semèn 2 a 8 lè anhedoni ak mank de motivasyon se pwoblèm, men yon konbinezon de premis yo sèlman pa ase. Flatness ki ka parèt nan faz depannans kokayin

			an reponn a sipò dopaminerik doux Rhodiola a, san pou l fè nou santi nou stimile.

4.3 — Rekonstriksyon serotonin.

LE SENTINELLE — Chaleur sosyal ki te soti de koken an — Rekonstwi li.

Kontè dwòg metampetaminn nan, kote rekòstiksyon serotonin se yon objektif segondè, nan rekipvaj koken, li se yon objektif prensipal tou. Bloke SERT ki te fè pa koken an te bay konfians sosyal, chalè emosyonèl ak fasilite relasyon ant moun, epi sa manke anpil pandan rekipvaj. Retrait sosyalis ak mank de ekspresyon emosyonèl nan faz pwochen rekipvaj koken an se yon bagay ki gen rapò dirèkteman ak serotonin.

Sipleman.	**Dozaj.**	**Tan.**	**Kòkain se yon dwòg danjere ki ka lakòz anpil pwoblèm sante. Li ka afekte kè ou, poumon ou, ak sèvo ou. Kòkain tou ka fè ou vin adiktif, sa vle di ke ou ka bezwen li pou w santi w byen. Si ou itilize kòkain, li enpòtan pou w chèche èd medikal.**
5-HTP	50–150mg	Bon swè, 30 minit anvan ou ale kouche.	Serotonin precursor: se fason ki pi dirèk pou ede refòse serotonin. Pran li nan sware ka amelyore anviwònman ak dòmi. Dimansyon sosyal ak antèpwesonèl rekipirasyon an—restawasyon konfòt nan relasyon—souvan amelyore de 2 a 4 semèn apre ou kòmanse pran 5-HTP. Pa melanje avèk SSRIs san konsiltasyon medikal.
L-Triptofan.	500-2000mg	Bon swè, lwen pwotenn.	Yon altènatif oswa yon konpliman pou 5-HTP—li pi dousman, ak yon kòmansman ki pi dous. Gen kèk moun ki jwenn ke tripofan ak yon ti dòz 5-HTP pi efikas pase chak youn separeman. Pran li san pwotenn paske nan yon rezon konpetisyon pou transpò.
Inozitol.	4-12g chak jou (ajiste dòz la).	Divize ak repa.	Li regle sansiblite reseptè serotonin. Li gen tou pwovans pou anksepte ak TOC (Troubles Obsessionnels Compulsifs) — de

			kondisyon ki pi komen nan rekipereji kokayin pase nan rekiperej lòt sibstans. Karakter obsésif ak repetitif anvi aje kokayin reponn byen ak efè inozitol sou reseptè serotonin.
Omega-3 EPA dominan.	2-4 gram chak jou (EPA pi plis pase DHA).	Avèk manje, maten an.	EPA, yon kalite omega-3, gen plis pwovans pou amelyore moral ak soulajman depresyon— li ede kontre depresyon ki ka rive lè w sispann itilize kokayin. DHA ede fè membra selil yo pi fleksib pou rekipere fonksyon resèptè yo. Rapò ant EPA ak DHA enpòtan pou moral: rapò 2:1 oswa 3:1 nan EPA a DHA se rapò ki gen pwovans pou soulajman sentòm depresyon.

4.4 — Kesyon sou ADHD.

THE CENTURION — Premyè rezon ki pi komen ak pa janm adrese pou pwoblèm itilize koken.

Kokèn se yon inhibitè retake ak yon resansanm chimik ki sanble ak metilfenidat (Ritalin). Menm blokaj DAT la ki fè kokèn pwodui yon santiman plezi nan moun ki pa gen ADHD, li ka pote normalizasyon kognitif ak konsantrasyon reyèl nan moun ki gen ADHD. Kokèn te itilize kòm yon fason prensipal pou moun ki gen ADHD yo "mède" tèt yo pandan deseni— epi anpil moun ki gen ADHD yo pa jwenn dyagnostik, menm apre ane de ane itilizasyon kokèn, paske fraz "Mwen ka konsantre lè mwen itilize li" se pa yon simptom ki mennen moun ale chwete medikal.

Variant DAT1 ak 10 repètisyon, ak variant DRD4 ak 7 repètisyon— tou de asosye ak pwoblèm souvan ak kokèn— yo genyen pami makè jènèt ki pi fò pou ADHD. Superpozisyon an pa yon bagay ki rive pa chans.

Si ou itilize koken prensipalman pou konsantre, pwodiktivite, oswa pèfòmans kognitif, epi pa pou plezi—epi si ou gen gwo difikilte ak atansyon, òganizasyon, ak ranpli travay lè w pa itilize—, yon evalyasyon ADHD se yon priyorite klinik nan rekipirasyon ou. Tretman ADHD ki pa stimulant (Strattera/atomoxetine, Wellbutrin/bupropion, Intuniv/guanfacine) ka adrese ADHD la san risk addiksyon ki asosye ak stimulant yo nan konte sa a. Pale avèk yon psiyatri espesyalize nan medikaman pou depandans.

4.5 — Rekipvaj fizik — Nen, sistèm kadyovaskil, ak enfeksyon.

LE SENTINÈL – Kò a ki te domaje ansam avè zèl la.

Domaj nan nen (itilizatè ki itilize dwòg pa nen): Itilize koken anndan nen pandan peryòd long ka pwoke atwofi mukoze nan nen, twou nan separeur nen an, epi nan kèk ka serye, domaj nan pal. Li apwopriye pou tout moun ki itilize dwòg pa nen pandan peryòd long fè egzamen nan espesyalite otorinolaryngoloji (ENT). Netwayaj nen ak solisyon swèl (NeilMed oswa neti pot) chak jou ede rekipere mukoze a. Vitam C ak zenk ede repare tisi yo. Rekipvaj konplè posib nan ka ki modéré, si w sispann itilize dwòg la; domaj estriktirèl (twou) ka mande entervansyon chirijikal.

Evalyasyon kadyovaskilè: Tout moun ki gen istwa itilize kokayin dwe fè yon evalyasyon kè: ECG pou detekte arytm akòz oswa prèv de priyor iskemi; kontwole presyon san; echokardiogram si gen nenpòt ki sentòm oswa istwa itilizasyon anpil. Kadyomiyopati a kokayin (kè ki agrandi, k ap febli nan kèk tan) dokimante avèk itilizasyon twòp ak kontinyèl, epi li mande evalyasyon espesyalize nan men yon espesyalis nan byento.

Maladi enfeksye: Itilizatè koken anba pwòch: Tès pou VIH, Hepatit C, Hepatit B. Evalyasyon endokarditis enfeksye si genyen fi, bwatman kadyak, oswa sentòm sistèmik. Fè tès pou maladi seksiman si itilizasyon koken te fèt nan konte seks. (Itilizasyon koken ak dezinhibisyon seksyèl yo twò asosye).

Monitoraj Levamisole: Fè yon analiz konplè san (CBC) anvan kòmanse tretman. Si ou devlope sentòm agranulositoz (febri, bouk ki gen doulè, apwopribasyon pou enfeksyon), chèche swen medikal ijans. Repete analiz CBC a chak 1 ak 3 mwa.

4.6 — Rekonstriksyon dòmi.

Kokèn ak dòmi gen yon relasyon espesifik: kokèn ka pwòvo insominy grav pandan itilizasyon an (aktivasyon gwo nouwotansin an anpeche dòmi), swiv pa ipersoni pandan faz "crash" la (sistèm ki fatige a bezwen tan pou repare). Sik yo nan itilize pèjode long ak "crash" ka pwòvo yon dezorganizasyon grav nan sik biyolojik la, epi sa kapab dire depamann semèn apre kòmansman rekipirasyon an.

- Melatonin: 0.5–1mg anba lang, 30–60 minan anvan lè ou vle dòmi. Òtè entèn nou an te souvan deranje pa sik "binge-crash" yo—melatonin nan moman ki kòrèk la ede rekale li.
- Magnesium glisinat: 400mg, pran nan swè. Li ede tou de pwoblèm dòmi ak enkyetid ki ka parèt nan faz premye rekipirasyon anvan ou sispann itilize kokayin.

- Glycine: 3-5 gram, 30 minan anvan ou ale dòmi. Rediksyon tanperati kò ak aksyon sou NMDA ki ede amelyore estrikti somèy la.
- 5-HTP: 50–100mg nan swè. Rekonstriksyon serotonin an ede pou kòmansman dòmi ak faz REM.
- Ekstraksyon griyaj swèd: 480mg nan mitan lannwit. Li se yon sous melatonin natirèl; li gen pwopriyete anti-enflamatwa.
- L-Theanine: 200mg nan swèd la. Li diminwe aktivite kognitif ki pèsiste nan faz pwochen rekipirasyon anvan kokayin, epi li anpeche souvansye.

Pwotokòl sonik pou retire stimulant yo, ki itilize pou dòmi: batman delta binaural (0.5–4 Hz) pou ankouraje dòmi; vitès maksimòm 60–70 BPM; son anbiyans, son dron, son natirèl. Pa gen okenn dinamik toujou, pa gen okenn transisyon brusque. Volim dwoz. Sistèm nervè ki trè sansib apre itilize kokayin ka destabilize ak son ki stimulasyon.

4.7 — Kouch sipò peptid.

Peptid.	Mekanism nan rekipere de koken.	Tan.	Pa gen okenn enfòmasyon pou tradwi.
BPC-157	Modilasyon sistèm dopamin ak serotonin; kontre dirèkteman depite dopamin ki te koze pa koken nan modèl rechèch; repare aks la ant trip ak sèvo; pwoteje nè yo; sipòte ekspresyon BDNF.	Premye jou apre sispansyon an — chak jou.	BPC-157 se peptid ki pi enpòtan pou rekipere apre itilize kokayin, paske li regle sistèm dopamin dirèkteman. Etid sou bèt montre ke BPC-157 kontre ak domaj nan sistèm dopamin ki te koze pa stimilan, tankou kokayin. Li ka administre oral oswa anba pwòch pouri. Reparasyon antwofòm ak sèvo a enpòtan paske itilize kokayin ka toujou chanje mikwob yo nan antwofòm la epi diminye pwodiksyon serotonin ki fèt nan antwofòm lan.
Semax.	Ogmantasyon BDNF ak NGF; amelyorasyon kognitif; modilasyon dopamin ak serotonin; sipò pou korteks prefontal—kokèn an dirèkteman sapse BDNF nan korteks prefontal la.	Semèn 1 ak apre.	Kokèn an dirèkteman sispann pwodiksyon BDNF nan kwonksyon sereb. Efè stimilan Semax sou BDNF yo kontre mekanis sa a. Neb, difikilte pou pran desizyon, ak impulsivite ki te lakòz pa itilize kokèn ka amelyore avèk sipò prefrontal ki bay pa Semax

			la. Pou administrasyon nan nen.
Selank.	Yon dwòg anti-enkyete ki travay atravè sistèm GABA ak sèrotonin; li diminye enkyete san pwoblèm depandans; konpozan sètotonerjik la dirèkteman ki gen rapò ak mekanism SERT kokayin an.	Semèn 1-8 — selon bezwen pou anksepann.	Mekanism serotonergik Selank la fè li partikilyanman enpòtan pou rekipere de doping, espesyalman konpare ak lòt stimulant—li adrese dimansyon serotonin an nan efè kokayin an, ansamann ak rediksyon anksepte GABAergik. Pa kreye depandans. Li administre pa nen.
Epitalon	Architektur nan dòmi; pwoteksyon telomè; chemen pinyal; nòmalizasyon ritm sikelye.	Semèn 1-4	Diziribasyon ritm sikelyen an ki soti nan sik "binge-crash" kokayin ka dire pou semèn. Epitalon dirèkteman sipòte chemen pinyal la ak nòmalizasyon ritm sikelyen an.
Dihexa	Synaptogenez; chemen HGF/c-Met; ankouraje nouvo koneksyon sinaptik nan kòtse prefontal ak hipokamp la ki domaje pa supresyon BDNF ki te koze pa koken.	Mwa 1-3	Kokèn an ka diminye BDNF, epi sa ka gen efè sou sinaps yo. Men, Dihexa ka ede kontre sa nan nivo fòmasyon sinaps. Li trè pwisan, kidonk kòmanse ak yon dòz ki ti anpil. Gen done limit sou moun; men, gen rezon solid pou kwè kokèn lan ka fè domaj prefrontal la.

Seksyon 5 — Desire pou koken — Konprann ak entèwonp.

THE CENTURION — Li se pwodui a ki pi rapid ak ki reponn plis nan kategori stimulant yo.

Ansi pou sòlda koken yo se parmi pwoblèm ki pi fò ak pwoblèm ki reagi rapidman nan medikaman adiksyon. Sinyal antisipe dopamin an ke koken an te fè tèt ou travay pou l pwodwi an respons yon siyal ki asosye ak koken an, li eksepsyonèl nan pouvwa ak vitès li — nan kèk milisèk apre w fin jwenn yon siyal ki enpòtan (yon son espesifik, aparans poud blan, yon sitiyasyon sosyal ki asosye ak itilizasyon, yon sant espesifik), sikwit antisipe dopamin an ap fonksyone avèk pwobabilite trè wo.

Sa pa yon pwosesis refleksyon. Se yon evènman nouwolojik ki rive anvan tout lòt. Moun lan jenerasyon yon sinyal dopamin antisipe anvan kò brennen an gen tan pou evalye li. Se poutèt sa apwòch "pa panse a" la echwe lè yo pale de koken: dezir la pa kòmanse ak refleksyon. Refleksyon an vini apre.

Pwotokòl entèripsyon an dwe premye yon bagay konpòdaman, anvan li ye yon bagay kognitif: aksyon an vini anvan analiz la.

Kòk cocaine ki fè ou vle plis.

Tip de déclancheman.	Evènman noujolojik la.	Estrateji entèripsyon.
Enviwònman an (nivo entansite pi wo).	Kèk kote espesifik, moun, objè, sant, mizik, ak sitiyasyon sosyal ki asosye avèk itilize koken ka pwòvo yon reaksyon dopamin nan tèt ou anvan ou konnen w ap vle koken.	KOUCHE NANMEN. Pa negosye. Pa "di okey". Sòti fizikman nan anviwònman kote ou wè stimilatè a se aksyon premye a, pa dernye a. Sirkuit reyaksyon ak stimilatè a mande anviwònman an. Retire tèt ou nan li anvan ou fè anyen lòt.
Kontekst sosyal / pèfòmans.	Evènman travay, pati, sitiyasyon sosyal kote koken te deja itilize pou "pèfòme" – sèvitè a pwodui dopamin antisipe nan konte sa yo paske li te aprann ke koken te precede yo.	Plan avans pou sitiyasyon sosyal ki gen gwo risk: rive tou dret epi kite byen vit; pote yon moun ki pa anvi bwè ak ou; prepare yon rezon pou ale; pran tout vitamin yo anvan evènman an. Konfians sosyal ke kokayin te bay, li dwe bati pa lòt fason (Seksyon 6) anvan ou santi w konpan ak sitiyasyon sosyal ki gen gwo risk.
Manje ki lakòz bezwen pou dopamin (manje ki	Kalite "anhedonik" ak "manje" nan faz pwochen rekipirasyon an kreye yon sitiyasyon	Sa mande yon entèvansyon natirèl pou ogmante nivo dopamin nan kò ou: egzersis

fè ou santi w kèlkeswa sa).	espesyal: "Mwen jis vle santi yon bagay." Motivasyon an se pa koken an espesifikman—se fini "manje a". Nenpòt sinyal dopamin ka itilize. Koken an te jis fason pi rapid la pou jwenn li.	vigè, ekspozisyon a frèt, konpetisyon, ak defòmasyon kreyatif. Li dwe genyen ase entansite pou bay yon rekonpans reyèl, epi pa jis yon rekonpans ki "sufisan". Nivo entansite ki nesesè pou "Constitution Warrior" la se yon bagay ki pa ka negosye; li dwe respekte.
Bezwen pou konfyans sosyal.	Antre nan yon sitiyasyon sosyal ak santiman ke ou pa ase san dwòg la—fasilite sosyal, konfyans, ak talan ki te vini ak kokèn an manke, epi nivo sosyal "sobè" ou a san dra ka parèt twò kout.	5-HTP ak pratik ekspozisyon sosyal. Konfians sosyál la te, an pati, yon bagay ki soti nan medikaman (blokaj SERT) epi, an pati, yon bagay ki soti nan konpòman (itilizatè koken ap fè pwaktik pou yo montre kèk kalite pèfomans sosyal pandan plizyè ane). Konpozan konpòmantal la ka refèt ak pratik planifye nan sitiyasyon ki gen mwens risk. Konpozan serotonin an sipòte pa 5-HTP ak metòd natirèl pou aktivasyon serotonin.
Odeur fantom (dokimante nan komilye a).	Kompilasyon an espesifike sou "limit klinik ketamin lan" epi, pa konsèy, odè chimik pwòp kokayin an kòm yon eksperyans olfaktif fantom nan faz rekipirasyon bon an—mesi nan sèvo a ki antisipe, li prepare memwa sansoryèl la.	Kompilasyon an distenksyon de kalite: anticipatwa (ki kòmanse ak yon sinyal, dire soti nan segonn jiska minit, akonpaye pa yon dezir) ak biyolojik (pandan egzèsis, ki soti nan depo grès ki libere metabolit kokayin, akonpaye pa nouzans oswa vomisman anplase dezir la, e li dire pi long). Tou de rezoud avèk tan epi yo se pròv ke rekipwasyon an ap fonksyone, epi yo pa yon fòmasyon pou pwoblem.

INTERISYON ANVI POU KOKEN – PWOTOKÒL 5 MINIT.

1. Si gen yon siy, kite anviwònman an. Si pa gen okenn siy, chanje pozisyon fizik ou imedyatman. Leve. Ale nan yon chanm diferan. Sòti. Pa fè okenn lòt etap pandan w ap rete nan anviwònman an ki te pwoblèm nan.
2. ENTÈRIPS FIZIK AK ENTENSIYTE LÒT. Vint saulte, yon sprint alantou blok la, dlo fri anndan figi ou, oswa nenpwat ki kreye yon sansasyon fizik imedyat ak entans. Konstitisyon "Gadyen" a mande yon stimilasyon fò--pa yon bagay dou. Sa pa genyen ankò avèk dousès. Se kalibrasyon nwo-byolojik.

3. SWIVAJ 4-7-8— SESISIKL. Apre entèripsyon fizik la, sistèm parasimpatik la bezwen aktivasyon. "Sereb guerrier" a ki jis te resevwa yon sinyal antisipe dopamin ak pwòp tèt ou bezwen fren vagal la apwote. Sis sikl, pa kat.
4. PRAN NAC AK TYROSINE. Glutamat ak dopamine yo enpòtan pou kontwole anpil bagay nan kò ou. NAC ede regle glutamat, epi tyrosine ede fè dopamine. Ansanm, yo ka ede soulaje bezwen ki lakòz envilidite a. Sa pa se jis yon pil—yo se materyèl debaz pou sinyal "plèzi" ke envilidite a mande, epi yo bay sa nan fason kò ou fè bagay (sintèz), anplase fason li ta dwe refè li.
5. KONTAK. Y ap mande w pou kontakte yon moun ki ka ede ou, swa pa mesaj tekst oswa telefòn.

   Sistèm antisipe dopamin an te fòme nan konte sosyal yo — kokèn se dwou a sosyal. Konseksyon bay yon sinyal dopamin sosyal ki ede diminye bezwen sistèm lan. Di sa k ap pase. Ou pa bezwen sove. Ou bezwen yon sinyal.
6. APLIKÉ REKIPERASYON KI PI FÒ KI POSIB. Soti nan seksyon 6. Tout sa ki disponib imedyatman epi ki gen yon entansite reyèl. Yon aktivite senp epi san anpil vitès pa ka satisfè bezwen "gadyen" la. Li dwe gen yon entansite reyèl.
7. Trigè, kalite, entansite (0-10), aksyon, rezilta. Twa semèn de done sa yo revele estrikti espesifik lanmò ou ak presizyon ki chanje relasyon ou ak lanmò yo.

Seksyon 6 — Transfòme Adiksyon an: Bati Yon "High" Natirèl pou Ewo yo.

LE SENTINELLE — Papye Centurian C-28 aplike nan rekipvaj koken — Vitalite k ap fòse sèvitè a.

Kompilasyon an eksplike byen sa yon konstitisyon "Warrior" bezwen, epi sa kokèn te bay: eksperyans nan vivan, yon bagay ki pa prezant nan eta de baz la. Pa kalm. Pa soulajman. Pa evite pwoblèm. Vivre.

Olympyen an ki pa gen okenn bagay pou l fè, men ki te pase ane kreye yon vitaj nan vi li gras ak ogmante dopamine, se yon moun ki gen yon potansyèl eksepsyonèl. Mòtè a ki te pouse l itilize kokayin avèk entansite sa li merite se menm mòtè a ki ta ka motive l pou l reyisi, konpetisyon, sèvis ak reyalizasyon, si li jwenn bon direksyon an.

Architektur natirèl pou rekipere de adiksyon kokayin se pa yon lavi ki pi fasil. Se yon lavi ki pi otantik. Yon lavi kalibre selon bezwen reyèl travay sèvitè a nan zòrèy la.

Lòtwa a nan achitekti dopamin natirèl yon sòlda.

Source	Entansite dopamin.	Kijan pou aplike?	Pou rekiperasyon espesifik pou kokèn.
Egzersis entansif—an patikiler, egzersis konpetitif.	Trè wo — dopamin, noradrenalin, endorfin, BDNF an menm tan.	Kouri, CrossFit, art marcial, espò konpetitif— chak jou, plis pase 45 minit. Entansite a dwe reyèl, pa modere.	Pou konstitisyon "Warrior", entansite egzersis la pi enpòtan pase diree a. Yon sesyon entèval sprint ki dire 20 minit, kote ou bay tout enerji ou, ka pwodui plis sinyal dopamin ke 60 minit koule modere. Sistèm nervè ki koken an te stimile bezwen yon entansite fizik reyèl pou li kreye chimik nevro konparebl. Sa a se yon pilòt esansyèl. Bati l premye.
Konpetisyon dirèk.	Trè wo— enpòtans sosyal an ogmante dopamin nan 3 a 5 fwa plis pase reyalizasyon endividyèl.	Espò konpetitif, tèt-a-tèt, espò de batay, jwèt videyo konpetitif, eche, konkou lavann, debat.	Lansman dopamin nan ki rive lè w genyen yon konpetisyon—lè w depase yon konpetitè espesifik nan yon moman espesifik—se youn nan evènman yo ki pi pwòch nan lanmàn dopamin natirèl ki ka rive. Pou yon moun ki itilize koken kòm yon fason pou amelyore pèfomans li nan sosyete ak nan travay, konpetisyon an bay sa ki te fè l santi menm jan ak lè li t ap itilize koken. Chèche yon

			konpetisyon. Antre nan li. Poursuite de la victoire se motè a ki te fè koken an mache.
Pèfòmans pwofesyonèl ki gen gwo konsèkans.	Dopamin nan ki gen yon pèfòmans wo ak validasyon sosyal.	Diskou piblik, prezantasyon, antreprenèy, lavann, art performans, lidèchip.	Moun ki gen "bèf" yo travay trè byen anba presyon. Yo gen jeni COMT ki rele rapidman pwodwi chimik stres, sa ki fè yo kapab kenbe ak presyon epi travay byen. Sa koken te pèmèt moun fè nan bezwen pwofesyonèl, "bèf" la ka bay lè li rekipere, gras a preparasyon ak pèfòmans lejitim ke koken te anpeche. Men, chemen fasil la koute moun sa yo kredibilite. Bati kapasite reyèl la pote respeksyon ki dire lontan.
Mètiz nan kreyasyon ak pèfòmans.	Segondè, espesyalman avèk piblik la ak enpòtans pwoblèm nan.	Pèfòmans mizik, komedya, atizay vizyèl ak ekspozisyon, ekri avèk lektè, nenpwen travay kreyatif ki gen yon piblik.	Eta kreyativ ki te soti nan itilize kokayin, tankou konvèsasyon yo ak pèfòmans yo ki te genyen, ka jwenn li atravè yon reyèl mètriz kreyatif epi anbake pou fè li devan lòt moun. Diferans la: Eta kreyativ kokayinen an se yon bagay nou te pran, epi li te vide nou; reyèl mètriz kreyatif bati sou pwòp li epi li grandi.
Ekspoze nan frèt + konbinezon akzèbis.	Trè wo—yon ogmante nan noradrenalin, plis BDNF ak endorfin; konbinezon an pwodui yon amelyorasyon dirab nan kontanpman ki dire ant 2 a 3 èdtan.	Plonje nan dlo fri anndan, Lè sa a fè egzèsis; oswa fè egzèsis, Lè sa a pran douch fri. Fè sa chak jou si posib.	Konbinezon ekspozisyon frèt ak egzèsiz vigè pwodui yon ogmante nan noradrenalin ki sanble ak efè blokaj NET kokayin an—vigilans, enèji, ak vitalite—atravè aks nou yo adrinalin, men san toksisite pou kò a. Pou sèvitè a (yon moun ki renmen aktivite fizik), ki jwenn konpozan noradrenalin kokayinan an te tanjan tankou konpozan dopamin an, konbinezon sa a se altènativ natirèl la ki pi bon.
Pwofondè sosyal ak koneksyon otantik.	Modere a segondè — oksitosin + endorfin + serotonin.	Yon oswa de relasyon ki reyèlman pwofon; yon kominote rekipere; aktivite fizik entansif ak lòt moun; sèvis nan konte k ap egzije konfyans.	Efè sosyal serotonergik kokayin an—sentiman koneksyon reyèl, entelijans nan konvèsasyon, santi w tankou yon moun ki konprann ou epi konnen lòt moun—te, an pati, akòz chimik li yo, men tou, paske kokayinen an pèmèt ou pou w prezan ak angaje. Rekipere refè kapasite pou gen yon relasyon sosyal pwondè reyèl san bezwen

			pèmisyon. Sa pran plis tan pase rekipere sistèm dopamin, men li pi dirab.
Sèvis ki ofri sou gwo echèl— ede lòt moun geri.	Segondè—durable; se sous dopamin ki pi fi pou bay rezilta sou tan nan Warrior.	Sipò rekipvaj ant egal, sponsorizasyon, mentor, defann dwa, nenpapi kote kapasite "warrior" ou amelyore sitiyasyon yon lòt moun.	Moun ki gen "bèf" nan tèt yo, nan pwosesis rekipere de koken, ak pwofil yo ki montre yo ap travay byen, kapab kenbe presyon, epi chèche entansite, se parmi pi bon antrennè rekipirasyon ki genyen pou lòt moun ki gen menm kalite pwofil. Yon moun ki deja te nan plas kote yon itilizatè koken ye epi ki te bati lavi li sou do lòt bò a, gen yon bagay ke ou pa ka achte ni imite. Anpil moun ki rekipere de koken alwen yo jwenn sous dopamin pi fiye ak pi reyèl lè yo vin antrennè pou lòt moun.

Arkitekti Konfyans Sosyal – Rekonstriksyon san dwòg.

LE SENTINÈL – Travay serotoninik ke kokèn te fè.

Fasilite sosyal, konfyans, ak talan pou pale ki te vini avèk blokaj SERT nan koken an se youn nan aspè itilizasyon koken an ke moun diskite mwens epi yo regrèt pi plis. Nivo sosyalis natirèl la—pou anpil moun ki gen pwoblèm ak itilizasyon koken—sanble pa sèlman pèsistan, men tou, li san valè. Konvèsasyon yo parèt difisil. Espri a ak koneksyon an ki koken an te kreye parèt manke.

Sa a vrè, epi li sitou ki sou sistèm serotonin. Sistèm serotonin refòme avèk abstinans ak avèk sipò yo anwo yo. Men, konpozan an konpòtman tou enpòtan menm jan: solde a ki te montre yon angajman sosyal eksepsyonèl pandan li t ap itilize koken, li te pratike sa. Komasyon an vrè. Li jis bezwen pratise san "booster" chimik la.

Arkitekti a:

- Pratije angajman sosyal nan anviwònman ki mwens riskan (gwoup piti, moun ou konnen, sitiyasyon familye) oswa anvan ale dirèkteman nan evènman pwofesyonèl ak sosyal yo kote koken te itilize.
- Preparasyon an plas chimik yo: konfyans ki te vini akòz kokayin, ki se yon bagay ki gen rapò ak ogmante sistèm serotonin nan kò a, ka imite pa preparasyon anpil—konnen materyèl la, pratike konvèsasyon an, fè egzèsis fizik ke kò a bezwen pou santi li kapab. Yon "gadyen" ki te prepare pi bon pase yon "gadyen" ki depann de dwougz sou tan.
- Siplemantasyon serotonin: 5-HTP (50–100mg nan swè), inozitol, ak pwoteyin adekwat—sipleman yo pou rekòtwa serotonin ki eksplike nan seksyon 4.3—yo bay sipò nevrokime nouvo pou dimansyon konfyans sosyal rekòtwa a.

- Kominote rekipirasyon kòm yon espas pou fòmasyon sosyal: pwogram douz etap, SMART Recovery, oswa nenpwen lòt kominote rekipirasyon ofri yon anviwònman sosyal inik kote konprann se bagay esansyèl epi koneksyon yo reyèl. Sa a se kòmantite serotonin ki te fè sosyete itilize koken an ap simule chimikman.

Seksyon 7 — Navige nan Recovery Kernel: Kat pwotokòl ou.

Faz.	Pwotokòl yo.	Konsantre sou bagay ki pi enpòtan yo.	Enfòmasyon espesifik sou kokèn.
Evalyasyon medikal (jou 0-7).	Medyan, kadyoloji si sa nesese, espesyalis nan tèt ak nen si gen domaj nan nen, enfeksyon.	Evalyasyon kadyak; analiz san pou detekte levamisole; egzamen nen; tès pou maladi seksuellement transmisib (MST), VIH, ak HCV; evalyasyon pou ADHD si sa nesese.	Evalyasyon medikal sa yo dwe fèt nan pwemye semèn rekipirasyon an, pa apre kèk mwa. Ag granulosit la ki te soti nan Levamisole ka mete lavi ou an danje si li pa detekte. Domaj kadyak ki soti nan itilize koken se yon bagay ki pwogrese. Evalyasyon medikal la se pa yon bagay opsyonèl pou swen pwòp—li se pou sekirite.
Fondasyon biyolojik (jou 1-14).	Pwotokòl 07, Pwotokòl 09, Pwotokòl 17, Pwotokòl 18.	NAC, tirozine, 5-MTHF, magnezyòm, 5-HTP, kòmanse fè egzèsis, konbineksyon pou dòmi.	NAC nan jou 1. Tirosin nan jou 1. Magnezyòm nan jou 1. Depleksyon twa neurotransmèt yo mande sipò pou rekonsèyasyon twa sistèm nan depi kòmansman an. Pwotokòl "stimulant crash sonic" liv la (60-80 BPM, son ki cho) pandan premye semèn lan. Pwotokòl 07 (nitrisyon) mete aksan sou pwotenn—sentez dopamin ak serotonin mande prekursè amino asid.
Mapej jènòm (Semèn 1-4)	Seksyon 15 (Kompandòm), evalyasyon COMT, DRD2, DAT1, SLC6A4, MTHFR.	COMT konstitisyon; evalyasyon sendwòm defi premye (Reward Deficiency Syndrome); eta metilasyon; makè genetik ADHD.	COMT Val/Val konfime se jwenn genetik ki pi enpòtan an—li chanje tout direksyon arkitèk rekipirasyon an. Alèl A1 nan DRD2 la identifiyen moun ki gen de defi k ap mande yon arkitèk premisyon ki pi fò. Marker pou ADHD (DAT1, DRD4) ka montre yon kondisyon lòt ki bezwen pwòp tretman li.
Architecture nan entansite (semèn 2-12).	Pwotokòl 03 (pratik), Pwotokòl 04 (kominote), Seksyon 6 nan gid sa a.	Egzersis entansif chak jou; idantifikasyon konpetisyon; pratik kreyatif; devlope relasyon sosyal.	Konstitisyon yon "gwo sollda" pa ka di pou li repoze epi kite rekipirasyon fèt. Li dwe resevwa yon pwojè ak entansite reyèl. Idantifye arketip adiksyon natirèl la imedyatman: ki kisa ki pral sèvi kòm yon zouti konpetisyon pou moun sa a? Ki kisa ki pral sèvi kòm pratik kreyatif li? Kisa ki pral bay lavi ke li bezwen reyèlman? Desizyon yo pran nan semèn 2-4 detèmine dire labilite rekipirasyon

			an.
Architekti anviwònman (Semèn 2-12)	Pwotokòl 02, Pwotokòl 05, Pwotokòl 08, Pwotokòl 13.	Prevansyon transfòmasyon adiksyon ; retire eleman ki pwovoke; redizayini anviwònman sosyal; detekse faktè ki pwovoke.	Reaktivite ak sijisyon koken se youn nan faktè ki pi pwisan yo nan medikaman sou adiksyon. Pwotokòl 05 (modifyasyon anviwònman) mande pou atansyon detaye sou anviwònman sosyal, moun, ak konte espesifik ki asosye ak itilizasyon. Anviwònman sosyal dwougwiz la dwe modifye espesyalman epi entansyonèlman—pa sèlman diminye li, men ranplase l'.
Tretman pou ADHD (semèn 2 ak apre, si nesesè).	Psikyatris espesyalize nan medikaman pou adiksyon.	Tretman pou ADHD ki pa gen stimilan; sipò kognitif; sipò pou fonksyon egzekitif.	Si evalyasyon pou ADHD konfime dyagnos la, tretman ki pa stimulant (atomoxetine, bupropion, guanfacine, viloxazine) ta dwe kòmanse an menm tan ak pwogram rekipirasyon an. Trete ADHD a diminye enfliyans efè kognitif kokiyen an epi li bay sipò pou fonksyon egzekitif ke sèvè a te bezwen ak kokiyen an.
Travay sou identite (mwa 2 a 12).	Pwotokòl 20, Pwotokòl 21, C-28.	Idantite "Gwo Sòlda" ki depase kokayin; rekonsitirksyon idantite pwofesyonèl ak sosyal; objektif.	Depandan sou koken nan yon moun ki nan "Warrior" souvan implique yon idantite pwofesyonèl oswa sosyal ki te bati ak amelyorasyon pèfòmans koken an. Frèm di: "M pa ka fè travay mwen san li." Sa a se yon preokipasyon komen ak reyèl. Travay sou idantite abòde sa dirèkteman: kijan aparans konpetans pwofesyonèl vre ye, ki baze sou kapasite reyèl epi pa amelyorasyon farmakolojik?
Jeu long tèm (6 mwa ak plis).	Pwotokòl 24, Pwotokòl 25, C-28, C-31.	Objektif achitekti; konpetisyon ak mèt nan fonksyonman pafè; guerriye a nan ekspresyon plen, san chimik.	Konstitisyon "Warrior" an, pou moun ki rekipere konplètman de koken—ak yon pwogram egzersis vigè, yon aktivite konpetitif, yon pratik kreyatif, relasyon sosyal solid, ak travay ki gen sans—se youn nan pwofil rekipvaj ki pi efikas ki egziste. Menm entansite a ki te motive itilizasyon koken an kounye a ap motive yon bagay reyèl. Liv la te ekri anndan pou moun sa a.

Seksyon 8 — Kouch Sipò Medikal la.

Kontè dwouglik opioid yo, benzodiazepin yo, ak alkòl la, pa gen okenn medikaman apwouve pa FDA ki espesyalman pou pwoblèm itilize kokayin. Sa a se yon mank nan tretman reyèl—pwoblèm itilize kokayin sa ka fè moun malade anpil epi menm mouri, epi manke yon tretman farmakolojik efikas se youn nan gwo echèk yo nan mediksin adiksyon.

Sa ki genyen:

Medyaman ki gen pwòv pou tretman depandans sou koken.

Medikaman.	Evidans ak mekanism.	Konsiderasyon jènètik ak klinik.
Bupropion (Wellbutrin)	Enibisyon retep nan dopamin ak noradrenalin; evidan modè pou rediksyon anvi pou koken; evidan enpòtan pou konpozan depresyon anvi pou retire koken.	CYP2B6 metabolize. Moun ki metabolize mal yo gen nivo plasma anpil pi wo avèk dòz estanda. Pwoblèm COMT Val/Val ka jwenn ke bupropion bay stimilasyon dopaminèjik ase pou diminye envètisman kokayin. Li gen de fonksyon: li trete depresyon ak retraitsyon, epi li bay yon ti kòb dopamin pou konstitisyon "warrior" la. Li tou trete ADHD si yo gen li.
Modafinil / Armodafinil	Yon ajan ki ede pou ou rete reveye, epi li modifye fonksyònman DAT ak NET; gen pwovansyon ke li ka diminye envizyon an pou koken ak amelyore fonksyòn kognitif nan faz rekipirasyon.	Pa gen stimilan (pa gen efè anfetamin), men li ankouraje reveye ak bay sipò dou dopaminik, san risk adiks twò gwo. Li trè itil pou amelyore fonksyon kognitif ak diminye fatig nan faz pwochen rekipirasyon apre itilize kokayin. Li metabolize pa CYP3A4. Pale avèk yon doktè espesyalize nan tretman depandans.
Naltreksòn.	Antagonis reseptè opioïdes—diminwe efè "plere" kokayin atravè modilasyon sistèm opioïdes; gen kèk pwovans pou envite kokayin nan kèk etid.	OPRM1 A118G pèsonn yo montre repons ki pi fò. Gen kèk prèv ki sijere ke naltrexone ka diminye eleman "plimwa" itilize kokayin, sa ki fè relaps la mwens atiran, menm lè li rive. Li pa premye opsyon an, men li ka apwopriye nan sitiyasyon pou moun ki gen pwoblèm tou de ak kokayin ak alkòl.
GLP-1 agonist (semaglutid, tirzepatid).	Diminasyon de siy "envite" nan sistèm resantiman atravè modilasyon dopamin ak sikwi resantiman;	Devlopman ki pi enpòtan ak nouvo nan terapi pou pwoblèm koken an se sa a. Menm mekanis la ki te montre yon rediksyon de 50-60% nan itilizasyon alkol, epi done yo ap parèt tou kounye a sou

	done ki soti nan ane 2025-2026 montre rediksyon pwomèt nan itilize kokayin.	souzdoz opioid, kounye a montre tou premyè pròv pou koken an. Pale avèk doktè w—profil benefis metabolik la ka ede resoud kèk pwoblèm sante fizik ki soti nan itilizasyon koken an.
Disulfiram (Antabuse)	Itilize pou lòt bagay pase sa yo te pwogramasyon li pou: pou koken—li anpeche aktivite yon anzim ki rele dopamin bèta-idroksilaz, sa ki diminye pwodiksyon noradrenalin epi li ka afekte jan koken fè ou santi.	Evidans yo melanje—kèk etid montre reduksyon anvi, men lòt pa montre anyen. Li ka pi efikas nan moun ki gen pwoblèm ak alkòl ak dòg ansamman. Li mande abstinans absoli avèk alkòl (li pwodui reyaksyon grav si ou bwèr alkòl). Pwason ki gen variant ALDH2: yo ka gen reyaksyon pi fò ak alkòl.
Tretman pou ADHD ki pa gen stimilan.	Si yo konfime ke yon moun gen tou ADHD, nou ka itilize: atomoxetine, bupropion, guanfacine, viloxazine; sa ede korije defisyans DAT/DRD4 ki te fè moun lan itilize koken pou soulajman.	Sa se youn nan tretman medikal ki pi enpòtan yo pou pwoblèm itilize kokayin, espesyalman lè yon moun gen tou ADHD. Moun lan te itilize kokayin pou konsantre, men kounye a li gen yon lòt fason pou fè sa, epi pa yon bagay adiktif. Sa retire youn nan rezon prensipal yo poukisa yon moun itilize kokayin. Pale avèk yon psiyatri espesyalize nan pwoblèm souvan.

Yon mot final.

LE SENTINELLE — Solda a pa t ap chèche pou l chape. Li te chache yon batay ki vo.

Dedikasyon liv la se pou moun ki pèdi tan yo anvan yon moun di yo ke biyoloji yo pa fòmasyon yo. Nan konstitisyon "Gadyen" yo, moun ki pèdi tan yo souvan te moun ki pi vivan nan sal la—moun ki gen plis enèji, moun ki gen plis motivasyon, ak moun ki prezan anpil. Kokèn jwenn yo paske li te kalibré presizeman pou sa yo te manke epi sa yo bezwen.

Sa yo te manke, se pa karaktè. Se yon sinyal dopamin de baz ki te ase pou kenbe eksperyans lavi yo, yon eksperyans lavi yo te kapab genyen epi yo bezwen. Sa kokèn lan bay, se sa a. Sa kokèn lan koute, se tout lòt bagay.

Rekipvaj ki dokimante nan gid sa a pa konsène pou vin yon moun ki pi kalm, ki pi disip, ak ki gen plis modès. Yon "Gadyen" (Warrior) pa tounen yon "Sages" pandan rekipvaj la. Entansite a disparisyon pa. Bezwen an pou viv apre toujou la. Vitès evakwasyon dopamin lan pa disparisyon.

Sa ki disparèt, se bezwen pou nou ranpli kò a ak yon sibstans ki ka domaje kè a—anpil fwa—pou jwenn mesaj la ke li dwe resevwar.

Yon moun ki an rekipvaj konplè – k ap fè egzèsis jiskaske li rive nan limit kapasite l', k ap patisipe nan yon bagay enpòtan, k ap kreye yon bagay ki pa te ekziste anvan, k ap bati yon bagay pou ede moun ki toujou nan pwoblèm nan – se pa yon vèsyon pi piti de moun lan. Se vèsyon konplè a. Se vèsyon an ki te genyen sou kokayin an.

Batay la te toujou vo li. Li jis bezwen adrès la apwopriye.

— — —

Konsilte "Recovery Kernel Complete Centurion Compendium" pou tout pwotokòl ki mansyone.

Crisis: call or text 988 | Emergency: 911 | SAMHSA: 1-800-662-4357

⚠ RESOUS POU DIMINIR DANJE – PA GEN KONSEY MEDIKAL.

Kijan pou geri devan itilize kokayin avèk Recovery Kernel | Seri sou solisyon espesifik pou diferan dwougz.